МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «ЗОЛОТИНКА»

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Старший воспитатель Заведующий МБДОУ детского сада

Болонева Е.А.\_\_\_\_\_\_ «Золотинка»

 Галданова Д.Н.\_\_\_\_\_\_

**Проект**

**«Сохранить здоровье чтоб….»**

**для детей 5 лет старшей группы «Радуга»**

Срок реализации проекта 2019-2020 учебный год.

Воспитатель:

Иванова Лидия Ильинична

Инструктор по физическому воспитанию

Евреева Нина Михайловна

с. Иволгинск 2019 год

**Проект «Сохранить здоровье чтоб…»**

**Тема проекта**: «Гигиена, здоровое питание, выполнение двигательного режима».

**Возраст детей:**5-6 лет (старшая группа)

**Срок реализации**: декабрь 2019 – май 2020.

**Участники проекта**: воспитатели, дети, родители, инструктор по физической культуре, медсестра детского сада, администрация.

**Цель**: формировать у детей основы здорового образа жизни

**Задачи:**

1. Развивать и обогощать знания детей о здоровье
2. Способствовать созданию активной позиции в процессе получения знаний о здоровом образе жизни
3. Научить приемам поддержания здоровья
4. Создавать комфортный психологический климат в группе с помощью сюжетно-ролевых и подвижных игр

**Актуальность.**Дети интересуются темой здоровья, часто задают вопросы, связанные со здоровьем и с тем, что нужно делать для его поддержания

**Ожидаемый результат**

1. Дети понимают и объясняют значение понятий «Здоровье», «здоровый образ жизни»
2. Имеют представление о том, что для сохранения здоровья необходимо заниматься спортом, соблюдать личную гигиену, правильно питаться
3. Актуализируют полученный опыт в повседневной жизни

**Итоговое мероприятие**: игра-путешествие по станциям «Будь здоров», изготовление атрибутов к сюжетно-ролевым играм.

**Работа с родителями**:

1.Рекомендации по игре с детьми дома (сюжетно-ролевые, настольно-печатные игры)

2.Предложить дома сочинить сказку или стихотворение на тему «Здоровье», используя полученный в детском саду опыт

3.Сочинение совместно с детьми сказки о Витаминке.

4.Рекомендации по чтению художественной литературы дома.

5.Создание собственной книги о здоровье, объявление конкурса

6.Предложение прослушать с детьми дома музыку П.Чайковского

7. Рекомендации в выходные дни совершать совместные прогулки и походы в парк, на природу, на стадион, в бассейны

**План мероприятий по проекту**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц, неделя** | **Тема** | **Содержание** |
| **Декабрь 1.** | **«Гигиена, здоровое питание, выполнение двигательного режима»** | Экскурсия в медицинский кабинет; беседа с привлечением медперсонала ДОУ о правилах и видах гигиены; дид/игра «Первая помощь» |
| **2.** |  | Просмотр и обсуждение мультфильмов «Смешарики» («Ежик и здоровье», «Азбука здоровья»), Уроки тетушки Совы («Уроки осторожности: лекарства», «Уроки осторожности: микробы»); рассматривание методического пособия на тему «Спорт»  |
| **3.** |  | Чтение художественной литературы С.Михалков «про девочку, которая плохо кушала»; подвижная игра «Совушка-сова» |
| **4.** |  | Загадки по теме проекта; приведение в порядок группового помещения, соблюдение чистоты и аккуратности  |
| **Январь 1.** |  | Цикл бесед «Как быть здоровым» о себе, своем теле, гигиене, питании; развитие словаря посредством введения новых слов |
| **2.** |  | Сюжетно-ролевая игра «Больница», «Аптека», «Кафе» |
| **3.** |  | Настольно-печатные игры «Что хорошо, а что плохо?», «Основы безопасности» |
| **4.** |  | Физкультурный досуг для детей «Путешествие в сказочный лес » |
| **Февраль 1.** |  | Пословицы, поговорки; заучивание стихотворений, пословиц и поговорок о здоровье |
| **2.** |  | Подвижные игры «Бездомный заяц», «Жмурки», «Мячик кверху» |
| **3.** |  | Рисование «Люди занимаются спортом», «Полезные и вредные продукты», «Нарисуй, что хочешь для здоровья» |
| **4.** |  | Ситуативный разговор о пользе закаливания и гигиенических процедур в режимные моменты; просмотр мультфильмов «Уроки тетушки совы» |
| **Март 1.** |  | Исследовательская деятельность: «Опыт для очистки воды», «Необходимость воздуха для жизни» |
| **2.** |  | Чтение художественной литературы И. Токмакова «Колыбельная», «Мне грустно- я лежу больной» |
| **3.** |  | Игра малой подвижности «Найди и промолчи», дид/игра «Правила питания», «Полезный завтрак» |
| **4.** |  | Конструирование «Дворец для сказочных героев», «Детская площадка или парк отдыха» |
| **Апрель 1.** |  | Беседа о микробах, соблюдении гигиены, бережном отношении к своему здоровью; обсуждение новых понятий и решение кроссвордов и ребусов |
| **2.** |  | Музыкотерапия (профилактика утомляемости, снятие раздражения, тревожности, успокаивающая музыка, релаксация и саморегуляция); детские песенки о спорте, чистоте, питании |
| **3.** |  | Лепка «Лыжник»; физкультминутки; гимнастика для глаз |
| **4.** |  | Игры в футбол, игры с элементами баскетбола (ведение мяча правой рукой, перевод мяча с правой на левую руку) |
| **Май 1.** |  | Подвижные игры «День-ночь», «Подвижная цель» |
| **2.** |  | Беседа о лечебной физкультуры. Занятия лечебной физкультуры |
| **3.** |  | **Изготовление атрибутов к сюжетно-ролевым играм** |
| **4.** |  | **Игра-путешествие по станциям «Будь здоров!»** |